

## **Kesabaran terhadap *Self Acceptance* pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau**

**Dea Nurul Islam<sup>1</sup>, Ahmad Hidayat<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup>Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau

email: [ahmadhidayat@psy.uir.ac.id](mailto:ahmadhidayat@psy.uir.ac.id)

### **Abstrak**

*Mahasiswa yang menempuh pendidikan di perguruan tinggi akan mengalami berbagai kesulitan seperti permasalahan ingin memiliki citra tubuh yang ideal dan sulitnya menemukan teman yang cocok atau mengalami kesepian. Salah satu faktor yang dapat meningkatkan self acceptance adalah dengan adanya sifat sabar. Kesabaran memiliki pengaruh terhadap pengendalian diri serta pengendalian emosi yang dirasakan sehingga menjadikan mahasiswa dapat menerima dirinya dengan sepenuhnya tanpa syarat. Penelitian dilakukan untuk mengetahui pengaruh kesabaran terhadap self acceptance pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Subjek penelitian berjumlah 135 mahasiswa. Teknik sampling yang digunakan adalah teknik incidental sampling. Metode pengumpulan data menggunakan skala 3-Factor Patience Scale terdiri dari 11 aitem untuk mengukur kesabaran. Self acceptance diukur menggunakan skala Berger's self-acceptance scale yang terdiri dari 36 aitem. Data dianalisis menggunakan Partial Least Square (PLS) dengan software smartPLS 3.0. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan menunjukkan hasil bahwa kesabaran memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap self acceptance. Artinya, semakin tinggi kesabaran maka semakin tinggi pula self acceptance pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.*

**Kata kunci:** Mahasiswa, Kesabaran, Self Acceptance.

### **Abstract**

*Students studying in higher education will experience various difficulties such as the problem of wanting to have an ideal body image and the difficulty of finding suitable friends. This problem arises because it has low self acceptance. One of the factors that can increase self acceptance is the presence of patience. Patience has an influence on self-control and control of emotions that are felt so that students can fully accept themselves unconditionally. Research was conducted to determine the effect of patience on self acceptance in students of the Faculty of Psychology, Riau Islamic University. The research subjects amounted to 135 students. The sampling technique used was incidental sampling technique. The data collection method uses the 3-Factor Patience Scale consisting of 11 items to measure patience. Self acceptance is measured using Berger's self-acceptance scale which consists of 36 items. Data were analyzed using Partial Least Square (PLS) with smartPLS 3.0 software. Based on the research that has been done, the results show that patience has a positive and significant influence on self-acceptance. This means that the higher the patience, the higher the self acceptance in students of the Faculty of Psychology, Riau Islamic University.*

**Keywords:** College Students, Patience, Self Acceptance.

## **Pendahuluan**

Mahasiswa merupakan masa yang akan memasuki tahap dewasa awal yakni berada pada rentang usia 18 hingga 25 tahun (Santrock, 2011). Dalam proses dewasa awalnya ini, mahasiswa akan banyak mengalami permasalahan yang kompleks, baik masalah dalam pergaulan sosial hingga dalam hal akademik seperti mengerjakan tugas, hadir dalam pembelajaran di kuliah, mengerjakan ujian dengan baik, dan menyelesaikan tugas akhir tepat waktu (Dilla & Susanti, 2022; Marettih dkk., 2022). Mahasiswa yang tidak mampu mengoptimalkan tugas-tugas perkembangan pada masa dewasa awal akan menimbulkan krisis serta konflik dalam diri mahasiswa tersebut (Karpika & Segel, 2021). Salah satu permasalahan yang banyak dialami oleh mahasiswa adalah penerimaan diri atau *self acceptance*, karena *self acceptance* ini akan berpengaruh bagaimana mahasiswa menjalani kehidupannya dalam sehari-hari (Astiza dkk., 2022).

Berbagai fenomena permasalahan *self acceptance* pada mahasiswa seperti ingin memiliki bentuk tubuh langsing, merasa tidak percaya diri dengan wajahnya sehingga ketika ingin mengunggah foto di media sosial, mahasiswa tersebut akan mengeditnya terlebih dahulu. Permasalahan *self acceptance* dalam bentuk sosial juga dialami oleh mahasiswa seperti merasa kesepian karena sulit menemukan teman yang cocok, merasa tidak nyaman jika berkumpul dengan teman-teman kuliah, merasa sulit menyesuaikan kondisi teman karena teman-teman di kuliah berasal dari tempat yang berbeda-beda (Maryam & Ifdil, 2019; Rachmatullah, 2021).

Selain itu, permasalahan *self acceptance* juga ditemukan pada mahasiswa fakultas psikologi di Universitas Islam Riau. Berdasarkan survey yang telah peneliti lakukan mendapatkan hasil bahwa terdapat 77,6% atau sebanyak 166 mahasiswa fakultas Psikologi Universitas Islam Riau memiliki *self acceptance* yang rendah dan 4,7% atau sebanyak 10 mahasiswa lainnya memiliki *self acceptance* yang sangat rendah. Wawancara singkat yang peneliti lakukan pada tanggal 20 Januari 2023 kepada enam mahasiswa yakni lima mahasiswa perempuan dan satu mahasiswa laki-laki dengan inisial (LS), (AP), (AM), (DS), (VY) dan (WM) semakin mendukung dari hasil survey ini dimana ditemukan terdapat berbagai permasalahan terkait *self acceptance* baik terhadap citra tubuh maupun pada penyesuaian sosialnya. Adapun hasil dari wawancara yang telah dilakukan ialah ingin bertubuh gemuk, merasa bentuk wajah kurang menawan, merasa sulit menyesuaikan hobi teman-teman di kuliah, serta merasa kesepian meskipun berada di dalam kelas.

Kondisi di atas tidak sesuai dengan konsep *self acceptance* dimana *self acceptance* dapat diartikan sebagai kemampuan individu dalam menerima dirinya baik kelebihan maupun kekurangan yang ia miliki (Berger, 1952). Chamberlain & Haaga (2001) juga menggambarkan *self acceptance* sebagai kecenderungan untuk mengevaluasi harga diri atau kemampuan untuk menerima dirinya sepenuhnya, terlepas dari apapun hasilnya nanti. Mahasiswa dengan *self acceptance* yang rendah memiliki kepuasan hidup yang rendah pula. Pendapat ini sejalan dengan penelitian Chamberlain & Haaga (2001) yang menyatakan tingkat kebahagiaan hidup dan kesehatan mental yang lebih tinggi

berkorelasi positif dengan *self acceptance*. Kemampuan untuk mengendalikan diri atau kontrol diri merupakan salah satu elemen yang mendorong terbentuknya *self acceptance* yang lebih baik.

Menurut penelitian Parwati dan Sugiharto (2022) pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Ungaran, kontrol diri dan *self acceptance* berkorelasi secara signifikan. Kontrol diri berguna bagi individu sebagai menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilakunya kearah yang lebih positif (Parwati dan Sugiharto, 2022). Salah satu bentuk kontrol diri adalah perilaku menunda kepuasan sementara dan mengarahkan perilakunya pada hal-hal yang lebih bernilai untuk masa-masa yang akan datang (Listiari, 2011). Selanjutnya, Schnitker (2012) berpendapat bahwa kecenderungan seseorang untuk menunggu dengan tenang dalam keadaan frustrasi, kesulitan, atau penderitaan dapat disebut dengan sabar.

Terdapat penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Partini dkk (2023) tentang peran kebersyukuran dan kesabaran dengan penerimaan diri ibu dengan anak berkebutuhan khusus. Responden penelitian adalah 103 orang ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Hasil analisis menunjukkan adanya peran yang sangat signifikan antara kebersyukuran dan kesabaran terhadap penerimaan diri pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus, dengan  $F=193.664$  signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ), kebersyukuran sangat dominan dalam memberikan perannya hingga 76,03% sedangkan kesabaran berkontribusi sebesar 3,47% terhadap penerimaan diri. Hal ini menunjukkan hipotesis yang diajukan terbukti.

Dalam psikologi Barat juga mengemukakan meskipun tidak mirip namun dapat didekati dan dibandingkan bahwa sabar memiliki konsep yang dekat dengan *acceptance* atau *self acceptance* (Yusuf, Ibala, dan Chaer, 2018). *Self acceptance* dalam konteks budaya Timur, termasuk Indonesia *self acceptance* dapat berarti menerima kehendak Tuhan dan segala sesuatu yang tidak dapat diubah. Sikap sabar dapat menjadikan mahasiswa mampu menahan segala keluhan serta emosi negatif seperti rasa putus asa, mencegah dari rasa malas yang dapat menghambat prestasi akademik mahasiswa, menjadikan mahasiswa fokus pada permasalahan yang dialami, memiliki daya juang yang tinggi, dan bertanggung jawab atas kehidupan yang dia pilih serta menerima segala konsekuensi yang ada (Yusuf, 2010).

Penelitian terkait variabel kesabaran dengan *self acceptance* masih terbilang baru dan belum banyak penelitian yang mengaitkan variabel kesabaran dengan *self acceptance* tetapi terdapat satu penelitian kualitatif terdahulu yaitu penelitian oleh Salma (2020) dimana dalam penelitiannya menyatakan variabel kesabaran dengan variabel *self acceptance* memiliki hubungan yang signifikan. Selain itu salah satu faktor *self acceptance* menurut Hurlock (1976) ialah karena adanya religiusitas. Religiusitas menjadikan individu dapat mengontrol emosi yang ia rasakan dan menjadikan individu lebih bersabar dalam menghadapi permasalahan. Pendapat ini didukung oleh beberapa penelitian terdahulu seperti penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati (2017) yang menunjukkan hasil bahwa terdapat pengaruh antara religiusitas dan penerimaan diri

orangtua. Hal ini ditunjukkan dengan hasil ( $R = 0,382$ ), dengan nilai adjusted R square = 0,146 dan  $p = 0,000$  di mana  $p < 0,05$ ) artinya, semakin tinggi religiusitas pada orang tua maka semakin tinggi penerimaan diri orangtuanya.

Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Widiastuti dan Yuniarti (2017) menemukan terdapat hubungan positif yang signifikan antara religiusitas dengan penerimaan diri pada penyandang diabetes tipe 2, dengan ( $\beta$ ) sebesar 0,5134;  $p=0,0006$  ( $p<0,01$ ). Analisis mediasi *Sobel Test* menunjukkan ada hubungan negatif antara religiusitas melalui penerimaan diri dengan kecemasan pada penyandang diabetes tipe 2 sebesar -0,6961;  $p=0,0019$  ( $p<0,01$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa penerimaan diri menjadi mediator hubungan antara religiusitas dengan kecemasan pada penyandang diabetes tipe 2.

Berdasarkan penelitian-penelitian sebelumnya, penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh kesabaran terhadap *self acceptance* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih ilmu khususnya dalam ilmu psikologi serta sebagai referensi bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti lebih lanjut terkait topik ini. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada pengaruh positif antara kesabaran terhadap *self acceptance* pada mahasiswa yang berarti semakin tinggi kesabaran pada mahasiswa fakultas psikologi maka semakin tinggi pula *self acceptance* pada mahasiswa fakultas psikologi Universitas Islam Riau.

## **Metode**

Terdapat dua variabel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kesabaran dan *self acceptance*. Kesabaran adalah kemampuan individu untuk dapat menunggu dengan tenang serta menerima berbagai peristiwa yang ia alami dalam hidup baik peristiwa yang menyenangkan ataupun yang kurang menyenangkan. Sedangkan *self acceptance* adalah bentuk sikap bagaimana individu menerima dirinya tanpa syarat sehingga penerimaan ini menjadikan individu lebih percaya diri dan dapat berpikir dengan logis untuk mengatasi permasalahan yang terjadi di hidupnya.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Sebanyak 1.178 populasi mahasiswa yang terdaftar aktif di Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau menjadi partisipan dalam penelitian ini. Metode pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *non-probability sampling* dengan teknik sampel yaitu *incidental sampling*. Rumus SEM Partial Least Square (PLS) digunakan dalam penelitian ini untuk menentukan jumlah sampel yang dibutuhkan. Menurut perhitungan ini, nilai  $R^2$  minimum adalah 0,25 dengan menggunakan tingkat signifikansi 5% dan kekuatan statistik 80%, sehingga menghasilkan jumlah sampel minimum sebanyak 70 responden. Adapun jumlah maksimum indikator pada variabel independen dalam penelitian ini adalah 5, dan nilai maksimumnya adalah 5. Namun, pada penelitian ini peneliti menggunakan 135 responden. Pernyataan ini sesuai dengan teori Hair dkk., (2014) menyatakan ukuran sampel yang lebih besar akan meningkatkan konsistensi estimasi PLS-SEM.

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua skala dimana variabel kesabaran diukur dengan menggunakan skala *3-Factor Patience Scale* yang terdiri dari 11 aitem yang dikembangkan oleh Schnitker (2012). Selanjutnya, variabel *self acceptance* diukur dengan menggunakan skala *Berger's self-acceptance scale* berdasarkan konsep teori Berger (1952) yang terdiri dari 36 aitem. Peneliti melakukan adaptasi pada kedua alat ukur ini untuk menyesuaikan dengan kondisi dan kebutuhan penelitian.

Uji validitas konvergen dan validitas diskriminan digunakan untuk menilai validitas penelitian. Sementara validitas diskriminan penting untuk menentukan seberapa jauh sebuah konstruk benar-benar berbeda dari konstruk lainnya, validitas konvergen dievaluasi berdasarkan hubungan antara nilai item atau nilai komponen dengan nilai konstruk, yang dapat diamati dari *standardized loading factor*.

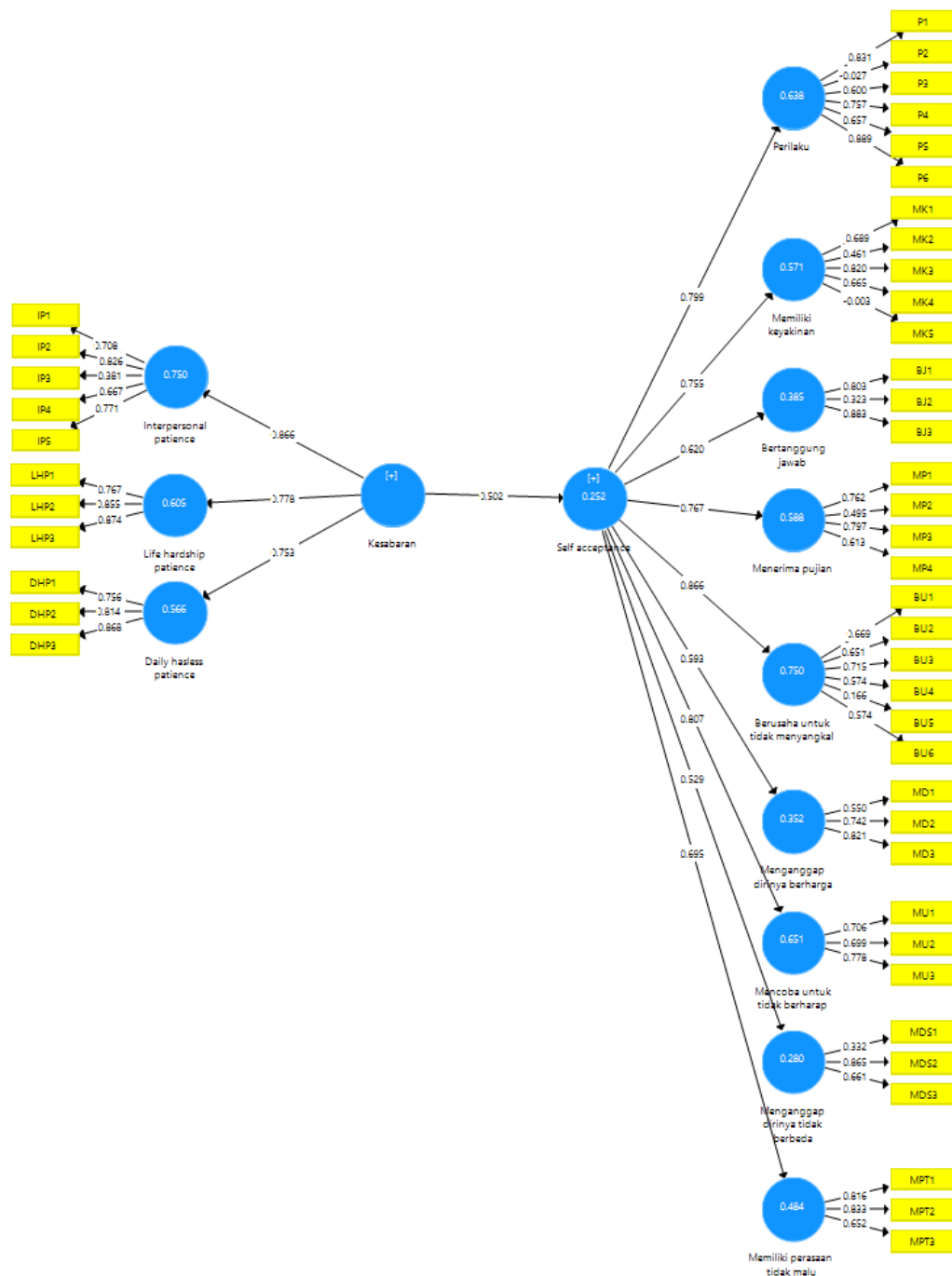
Menurut Ghozali (2011), nilai *Cronbach's alpha* sebesar 0,5 dianggap baik dan nilai 0,3 dianggap cukup untuk menilai reliabilitas. Penelitian ini menggunakan statistik deskriptif sebagai analisis data. *Software smartPLS 3.0* digunakan untuk menghitung data dalam penelitian ini. Menurut hasil perhitungan, reliabilitas skala *self acceptance* adalah 0.907 dan reliabilitas skala kesabaran adalah 0.837. Hal ini mengartikan skala *self acceptance* dan skala kesabaran dapat digunakan sebagai alat ukur penelitian.

## **Hasil**

Penelitian dilakukan pada tanggal 03 Januari – 07 Maret 2023 yang dilaksanakan di Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Adapun hasil dari penelitian dapat dilihat dari penjelasan berikut ini :

### ***Measurement Model (Outer Model)***

Terdapat tiga kriteria penilaian outer model dalam teknik analisis data pada penggunaan SmartPLS diantaranya validitas konvergen, validitas diskriminan, dan reliabilitas komposit. Gambar 1 di bawah ini menggambarkan Algoritma PLS yang digunakan dalam penelitian ini.



Gambar 1. Outer Model

Berdasarkan pada gambar 1 di atas dapat dilihat validitas konvergenya, dimana Validitas konvergen dinilai berdasarkan korelasi antar nilai komponen dengan nilai konstruk atau dapat dilihat dari nilai *loading factor*nya. Apabila nilai *cross loading* lebih besar dari 0,6 maka korelasi dapat dikatakan memenuhi validitas konvergen. Adapun

indikator yang dieliminasi pada variabel kesabaran adalah IP3 pada dimensi *interpersonal patience* dengan nilai sebesar 0,381. Sedangkan indikator yang dieliminasi pada variabel *self acceptance* ada pada dimensi perilaku (P2) yaitu -0.027, dimensi memiliki keyakinan (MK2) dan (MK5) yaitu 0,461 dan -0.003, dimensi bertanggung jawab (BJ2) yaitu 0,323, dimensi menerima pujian (MP2) yaitu 0,495, dimensi menganggap dirinya berharga (MD1) yaitu 0,550, dan untuk dimensi menganggap dirinya tidak berbeda pada (MDS1), (MDS2), dan (MDS3) selain karena ada indikator yang tidak memenuhi validitas konvergen juga dikarenakan memiliki nilai yang tidak dapat memenuhi *cronbach's alpa* yakni  $\alpha \geq 0,3$ .

*Measurement Model* dijelaskan dengan nilai *outer loading*, reliabilitas komposit, dan AVE yang dapat dilihat pada tabel 1 di bawah ini:

Tabel 1 *Measurement Model*

Variabel	Dimensi	Indikator	<i>Outer Loading</i>	<i>Cronbach's Alpha</i>	Reliabilitas Komposit	AVE
Kesabaran	<i>Interpersonal patience</i>	4	0.737-0.783	0.746	0.841	0.571
	<i>Life hardship patience</i>	3	0.767-0.872	0.780	0.872	0.694
	<i>Daily hasless patience</i>	3	0.759-0.865	0.743	0.854	0.662
Self Acceptance	Perilaku	5	0.832-0.889	0.803	0.866	0.570
	Memiliki keyakinan	3	0.612-0.713	0.585	0.785	0.555
	Bertanggung jawab	2	0.817-0.918	0.685	0.860	0.755
	Menerima pujian	3	0.673-0.794	0.604	0.791	0.559
	Berusaha untuk tidak menyangkal	3	0.747-0.729	0.551	0.770	0.527
	Menganggap dirinya berharga	2	0.712-0.886	0.467	0.783	0.646
	Mencoba untuk tidak berharap	3	0.697-0.788	0.558	0.772	0.531
	Memiliki perasaan tidak malu	3	0.651-0.820	0.666	0.813	0.595

Berdasarkan tabel 1 di atas menunjukkan bahwa *outer loading* pada setiap indikator memiliki nilai  $> 0,6$  sehingga memenuhi syarat validitas sedangkan nilai *outer loading* yang memiliki nilai  $< 0,6$  dieliminasi karena tidak memenuhi syarat validitas (Chin dan Ghazali, dalam Rifai, 2015). Selain itu, nilai *Cronbach's Alpha*, reliabilitas komposit dan AVE masing-masing memiliki nilai  $> 0,5$  dan  $> 0,3$  dimana hal ini menunjukkan bahwa setiap konstruk memenuhi persyaratan reliabilitas (Ghozali, 2011).

Tabel 2 Validitas Diskriminan

Indikator	IP	LHP	DHP	P	MK	BJ	MP	BU	MD	MU	MPT
IP1	<b>0.737</b>	0.348	0.274	0.136	0.179	0.227	0.225	0.352	0.293	0.262	0.186
IP2	<b>0.831</b>	0.432	0.402	0.183	0.236	0.287	0.201	0.286	0.340	0.299	0.111
IP4	<b>0.661</b>	0.436	0.331	0.294	0.167	0.224	0.253	0.356	0.417	0.142	0.066
IP5	<b>0.783</b>	0.408	0.366	0.164	0.155	0.258	0.163	0.211	0.357	0.205	0.031
LHP1	0.367	<b>0.767</b>	0.211	0.174	0.168	0.125	0.165	0.246	0.297	0.155	0.072
LHP2	0.465	<b>0.857</b>	0.317	0.193	0.280	0.286	0.205	0.229	0.403	0.194	0.070
LHP3	0.503	<b>0.872</b>	0.383	0.298	0.252	0.351	0.221	0.342	0.472	0.272	0.071
DHP1	0.377	0.281	<b>0.759</b>	0.122	0.195	0.201	0.153	0.249	0.268	0.178	0.102
DHP2	0.344	0.303	<b>0.815</b>	0.254	0.406	0.331	0.407	0.400	0.387	0.432	0.233
DHP3	0.396	0.323	<b>0.865</b>	0.331	0.292	0.265	0.352	0.388	0.376	0.372	0.174
P1	0.204	0.202	0.230	<b>0.832</b>	0.413	0.245	0.317	0.454	0.320	0.448	0.369
P3	0.184	0.156	0.194	<b>0.591</b>	0.395	0.206	0.488	0.404	0.275	0.395	0.352
P4	0.230	0.257	0.166	<b>0.762</b>	0.294	0.384	0.315	0.533	0.349	0.422	0.232
P5	0.202	0.196	0.341	<b>0.661</b>	0.318	0.296	0.421	0.534	0.299	0.428	0.251
P6	0.151	0.206	0.184	<b>0.889</b>	0.418	0.323	0.366	0.565	0.355	0.467	0.376
MK1	0.233	0.226	0.165	0.334	<b>0.612</b>	0.322	0.427	0.327	0.325	0.433	0.415
MK3	0.183	0.215	0.393	0.447	<b>0.884</b>	0.351	0.470	0.525	0.406	0.536	0.491
MK4	0.127	0.195	0.226	0.285	<b>0.713</b>	0.182	0.210	0.278	0.222	0.338	0.312
BJ1	0.152	0.141	0.194	0.256	0.269	<b>0.817</b>	0.265	0.303	0.397	0.278	0.122
BJ3	0.386	0.371	0.351	0.398	0.401	<b>0.918</b>	0.349	0.472	0.820	0.418	0.129
MP1	0.273	0.183	0.374	0.406	0.377	0.239	<b>0.794</b>	0.554	0.232	0.442	0.502
MP3	0.259	0.232	0.273	0.434	0.399	0.304	<b>0.770</b>	0.447	0.326	0.423	0.468
MP4	0.068	0.112	0.185	0.272	0.386	0.264	<b>0.673</b>	0.354	0.266	0.486	0.394
BU1	0.221	0.249	0.291	0.570	0.374	0.260	0.374	<b>0.747</b>	0.365	0.429	0.419
BU2	0.283	0.225	0.421	0.519	0.272	0.402	0.484	<b>0.701</b>	0.343	0.362	0.353
BU3	0.352	0.243	0.226	0.362	0.496	0.341	0.471	<b>0.729</b>	0.284	0.542	0.564
MD2	0.403	0.519	0.406	0.261	0.357	0.288	0.219	0.271	<b>0.712</b>	0.264	0.096
MD3	0.365	0.302	0.307	0.405	0.363	0.811	0.353	0.437	<b>0.886</b>	0.404	0.121
MU1	0.223	0.265	0.387	0.394	0.471	0.278	0.334	0.482	0.301	<b>0.697</b>	0.432
MU2	0.166	0.019	0.144	0.325	0.438	0.283	0.414	0.403	0.205	<b>0.698</b>	0.444
MU3	0.266	0.282	0.341	0.521	0.411	0.336	0.545	0.459	0.409	<b>0.788</b>	0.388
MPT1	0.183	0.199	0.249	0.381	0.504	0.171	0.497	0.600	0.164	0.518	<b>0.820</b>
MPT2	0.089	0.027	0.158	0.357	0.472	0.113	0.530	0.467	0.116	0.508	<b>0.830</b>
MPT3	-0.028	0.103	0.023	0.199	0.268	0.008	0.366	0.306	0.010	0.236	<b>0.651</b>

Berdasarkan tabel 2 di atas dapat dilihat nilai *loading factor* untuk masing-masing indikator pada variabel laten tidak ditemukan adanya nilai *loading* yang paling besar



dibandingkan dengan nilai *loading* pada variabel laten lainnya. Hal ini mengindikasikan bahwa validitas diskriminan dari setiap variabel laten adalah baik (Hair et al., 2013).

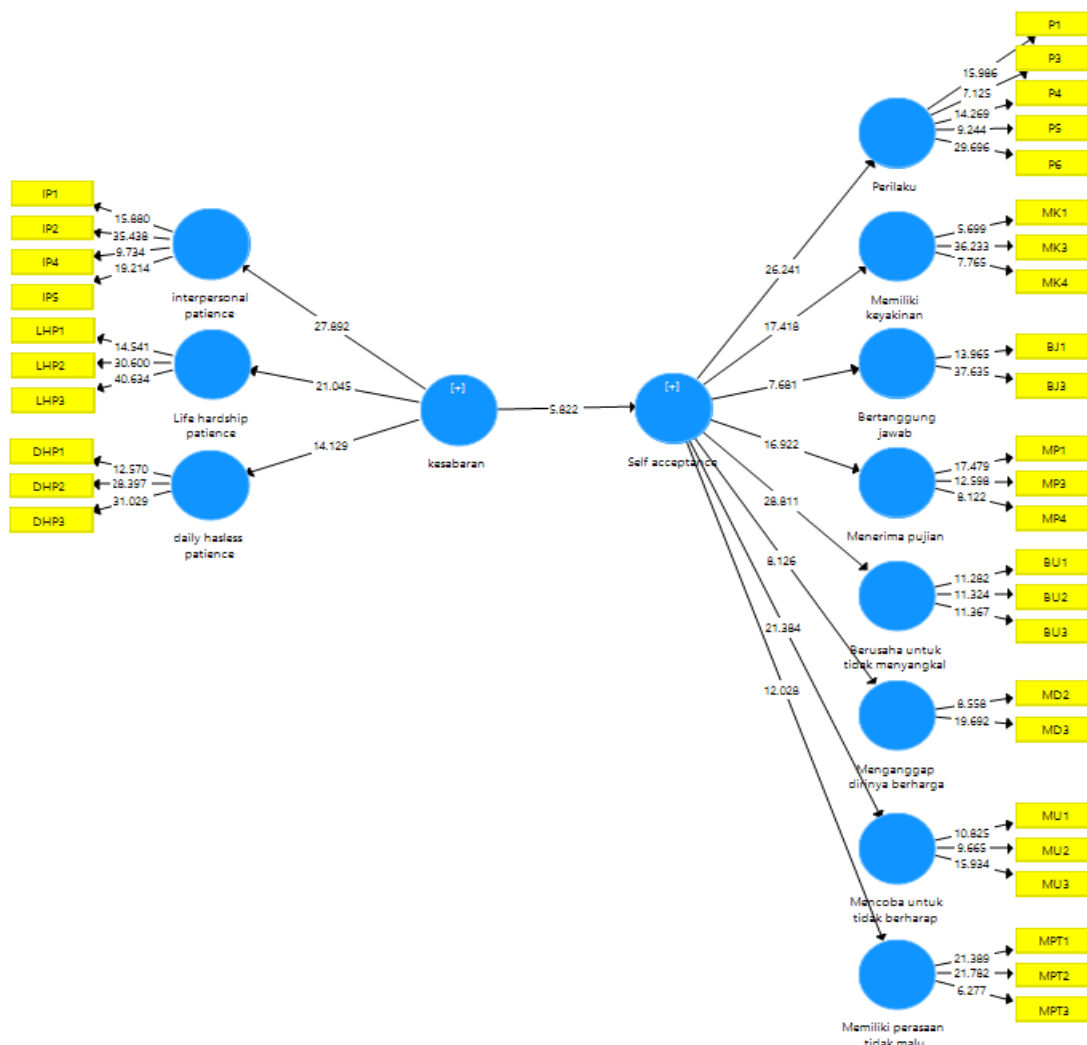
Tabel 3 *Order Reflective Construct*

	Sample Mean (M)	Standard Deviation (STDEV)	T Statistics ( O/STDEV)	P Values
Self acceptance -> Bertanggung jawab	0.6	0.078	7.681	<b>0.000</b>
Self acceptance -> Berusaha untuk tidak menyangkal	0.847	0.029	28.811	<b>0.000</b>
Self acceptance -> Memiliki keyakinan	0.76	0.043	17.418	<b>0.000</b>
Self acceptance -> Memiliki perasaan tidak malu	0.699	0.058	12.028	<b>0.000</b>
Self acceptance -> Mencoba untuk tidak berharap	0.813	0.038	21.384	<b>0.000</b>
Self acceptance -> Menerima pujian	0.771	0.046	16.922	<b>0.000</b>
Self acceptance -> Menganggap dirinya berharga	0.624	0.076	8.126	<b>0.000</b>
Self acceptance -> Perilaku	0.81	0.031	26.241	<b>0.000</b>
kesabaran -> Self acceptance	0.508	0.086	5.822	<b>0.000</b>
kesabaran -> daily hasless patience	0.741	0.052	14.129	<b>0.000</b>
kesabaran -> interpersonal patience	0.859	0.031	27.892	<b>0.000</b>

Berdasarkan tabel 3 di atas menunjukkan bahwa setiap variabel memiliki pengaruh positif serta signifikan pada masing-masing dimensi jika dilihat dari nilai value ( $0,000 < 0,05$ ) dengan jalur koefisien yang positif. Hal ini mengartikan seluruh dimensi *self acceptance* dan kesabaran memenuhi syarat .

### **Path Analysis**

Berdasarkan pada gambar 2 dilakukannya pengujian hipotesis terhadap sampel dalam PLS dilakukan dengan menggunakan metode *bootstrap* dimana indikator-indikator yang tidak memenuhi sebelumnya telah dieliminasi.



Gambar 2. Bootstrapping

Tabel 4 Direct Effect Path Analysis for Hypothesis-Testing

Variabel	Sample Mean (M)	Standard Deviation (STDEV)	T Statistics ( O/STDEV)	P Values
kesabaran -> Self acceptance	0.508	0.086	5.822	0.000

Berdasarkan tabel 4 di atas menunjukkan bahwa kesabaran memiliki pengaruh yang positif dan signifikan terhadap *self acceptance* dengan nilai sig ( $0,000 < 0,05$ ) dan koefisien jalur 0,508. maka dapat ditarik kesimpulan bahwasanya kesabaran berpengaruh positif dan signifikan terhadap *self acceptance*. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa tingkat *self acceptance* meningkat seiring dengan meningkatnya kesabaran. Di sisi lain, tingkat *self acceptance* menurun seiring dengan menurunnya kesabaran.

## **Pembahasan**

Berdasarkan penelitian dengan menggunakan SmartPLS 3.0 menunjukkan bahwasanya kesabaran memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap *self acceptance* sehingga hipotesis dalam penelitian ini diterima. Hal ini berarti mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau memiliki *self acceptance* yang baik jika mahasiswa tersebut semakin meningkatkan rasa sabar. Sebaliknya, tingkat *self acceptance* mahasiswa akan menurun jika tingkat kesabaran mahasiswa tersebut juga menurun. Menurut penelitian Salma (2020), faktor tanggung jawab dan faktor psikologis menciptakan hubungan antara kedua variabel tersebut, dimana semakin tinggi kesabaran maka semakin tinggi pula penerimaan diri. Temuan ini mendukung adanya hubungan antara kesabaran dan *self acceptance*. Peneliti Hidayat dkk (2023) menemukan karakteristik kesabaran mengandung suatu pola karakteristik yang aktif. Karakteristik kesabaran dalam bentuk kontrol diri, ketabahan, resiliensi, dan kepribadian semuanya bermakna aktif dan bukan suatu sifat atau perilaku yang pasif.

Temuan pada penelitian ini, secara umum mahasiswa fakultas psikologi di Universitas Islam Riau memiliki tingkat kesabaran yang tinggi yakni sebanyak 92 mahasiswa (68%). Artinya, secara umum mahasiswa dapat mengatasi segala permasalahan dengan tenang tanpa terprovokasi oleh keadaan yang kurang menyenangkan ataupun keadaan yang membuat diri mengalami kerepotan dalam sehari-hari. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Schnitker (2012) yang mendapatkan bahwa seseorang yang sabar dapat ditandai dengan kecenderungan seseorang untuk bersikap dengan tenang dalam keadaan frustrasi, kesulitan, atau penderitaan.

Menurut Arraiyah (2002) kesabaran menjadikan individu mampu mengendalikan dirinya, memunculkan jiwa yang tenang sehingga dapat menyelesaikan berbagai permasalahan yang terjadi dalam hidup. Pendapat yang sama juga dikemukakan oleh Mubarak (2001) yang menyatakan bahwa sabar adalah kemampuan individu dalam mengendalikan dan mengelola emosi yang dirasakan sehingga menjadikan individu tabah dalam menghadapi berbagai permasalahan tanpa adanya rasa mengeluh yang berakhir menjadikan individu tersebut dapat meraih tujuan sesuai yang diinginkan.

Selanjutnya, temuan penelitian ini mendapatkan mahasiswa fakultas psikologi di Universitas Islam Riau memiliki tingkat *self acceptance* yang cukup dan berkecenderungan kearah lebih tinggi yakni sebanyak 75 mahasiswa (55,6%). Artinya, secara umum mahasiswa memiliki *self acceptance* yang baik yang ditandai dengan memiliki keyakinan atas kemampuan yang dimiliki, memiliki tanggung jawab terhadap situasi yang ada, dapat memilah antara pujian dengan kritikan yang diberikan, memiliki kesehatan psikologis yang baik seperti tidak malu terhadap kekurangan yang dimiliki, merasa berguna, serta menganggap diri ini adalah individu yang berharga. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Berger, (1952) yang mendapatkan hasil bahwa seseorang yang memiliki *self acceptance* yang baik adalah seseorang yang dapat dalam menerima dirinya baik kelebihan maupun kekurangan yang

ia miliki.

Penelitian ini menemukan tidak adanya perbedaan tingkat *self acceptance* yang ditinjau dari jenis kelamin laki-laki dan perempuan pada mahasiswa fakultas psikologi Universitas Islam Riau. Hal ini disebabkan oleh faktor-faktor *self acceptance* yang dimiliki baik pada mahasiswa maupun mahasiswi, yaitu: memiliki pemahaman tentang diri sendiri, memiliki harapan yang realistis, *religiusitas*, merasa dihargai oleh orang sekitar, tidak adanya gangguan emosional yang berat, serta pengaruh keberhasilan yang didapatkan sama-sama dirasakan oleh mahasiswa dan mahasiswi fakultas psikologi Universitas Islam Riau. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Erdiantami (2022) yang menunjukkan nilai signifikansi 0,652 ( $p > 0,05$ ) yang berarti *self acceptance* tidak memiliki perbedaan antara mahasiswa laki-laki dan perempuan.

Adanya hubungan sabar dengan *self acceptance* dikarenakan *self acceptance* berpengaruh pada komponen internal kesejahteraan psikologis mahasiswa seperti merasa kurang puas terhadap diri sendiri, tidak percaya diri, merasa kehilangan minat dan harapan serta juga berdampak pada cara mahasiswa membangun hubungan interpersonal dengan mahasiswa lainnya (Misrawati dkk., 2019).

Dalam penelitian ini, meskipun tidak banyak yakni sebesar 9,6% mahasiswa fakultas psikologi Universitas Islam Riau memiliki *self acceptance* yang rendah dan sebesar 2,2% memiliki *self acceptance* yang sangat rendah. *Self acceptance* yang rendah akan berpengaruh bagaimana individu menjalani kehidupannya seperti rasa percaya diri yang rendah, rasa rendah diri, sulit menerima keadaan dirinya, menyalahkan diri sendiri secara berlebihan sehingga mengucilkan diri sendiri, adanya rasa malu yang berlebih dan munculnya emosi-emosi negatif seperti kekecewaan (Arham, S., Ahmad, & Ridfah, 2017). Maka dari itu, untuk meningkatkan *self acceptance* dibutuhkanlah kesabaran. Kesabaran menjadikan mahasiswa untuk dapat bersikap dengan tenang terhadap permasalahan yang dihadapi tanpa harus menilai buruk akan keadaan dirinya melainkan menerima keadaan yang ada.

## **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil temuan penelitian ini, kesabaran memiliki pengaruh positif terhadap *self acceptance* dengan nilai koefisien jalur 0.504, nilai *p value*  $0,000 < 0,05$  dan nilai *t* hitung sebesar 5,822. Hal ini menunjukkan bahwa nilai untuk  $n = 135$  dan  $k = 2$  lebih besar dari *t* tabel yaitu 1.96, karena  $1.96 > 5.822$  pada *t* tabel. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kesabaran maka semakin tinggi pula *self acceptance* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Begitu pun sebaliknya, semakin rendah tingkat kesabaran maka semakin rendah pula *self acceptance* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik dengan masalah ini disarankan untuk menambah jumlah sampel dan mempertimbangkan variabel kebebasan lain yang dapat mempengaruhi *self acceptance* seperti keikhlasan.

## Daftar Pustaka

- Arham, S., Ahmad, A., & Ridfah. (2017). Penerimaan diri pada mahasiswa drop out. *Jurnal Psikoislamedia*, 2(1), 1–14. Diunduh dari <https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/Psikoislam/article/view/1819> tanggal 20 Januari 2023.
- Arraiyah, M. H. (2002). *Sabar kunci surga*. Jakarta: Khazanah baru.
- Astiza, L., Sumarna, N., & Herik, E. (2022). Konsep diri dengan penerimaan diri pada mahasiswa. *Jurnal Sublimapsi*, 3(2), 162–172. Diunduh dari <http://ojs.uho.ac.id/index.php/sublimapsi/article/view/25513> tanggal 20 Januari 2023.
- Berger, E. M. (1952). The relation between expressed acceptance of self and expressed acceptance of others. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 47(4), 778–782. Diunduh dari <https://doi.org/10.1037/h0061311> tanggal 20 Januari 2023.
- Bernard, M. E. (2013). The strength of self-acceptance theory, practice and research. In M. E. Bernard (Ed.), (2013). Springer Science+Business Media. Diunduh dari <https://doi.org/10.1007/978-1-4614-6806-6> tanggal 20 Januari 2023.
- Chamberlain, J. M., & Haaga, D. A. F. (2001). Unconditional self-acceptance and psychological health. *Journal of Rational - Emotive and Cognitive - Behavior Therapy*, 19(3), 163–176. Diunduh dari <https://doi.org/10.1023/A:1011189416600> tanggal 20 Januari 2023.
- Ghozali, I. (2011). *Structural equation modeling metode alternatif dengan partial least square (pls)(3<sup>rd</sup>.ed)*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & E, R. A. (2013). *Multivariate Data Analysis (seventh ed)*. SAGE Publications, Inc Diunduh dari <https://www.drnishikantjha.com/papersCollection/Multivariate%20Data%20Analysis.pdf> tanggal 20 Januari 2023.
- Hidayat, A., Azhar, M., Anis, M., Purnomo, H., & Muliadi, R. (2023). Characteristics of Patience in Parents with Autistic Children: A Phenomenological Study. *International Journal of Islamic Educational Psychology*, 4(1), 86–101. Diundari dari <https://doi.org/10.18196/ijiep.v4i1.17498> tanggal 25 September 2023.
- Hurlock. (1976). *Personality development*. New Delhi:Tata McGraw-Hill Publishing Company LT.
- Joseph F Hair, J., Hult, G. T. M., Ringle, C. M., & Sarstedt, M. (2014). *A Primer on Partial Least Squares Structural Equation Modeeling {PLS-SEM}*. New York: Plenum Press.
- Karpika, I. P., & Segel, N. W. W. (2021). Quarter life crisis terhadap mahasiswa studi kasus di fakultas keguruan dan ilmu pendidikan universitas PGRI mahadewa indonesia. *Widyadari*, 22(2), 513–527. Diunduh dari <https://doi.org/10.5281/zenodo.5550458> tanggal 25 September 2023.
- Listiari, E. (2011). Hubungan antara tingkat religiusitas dan pengendalian diri pada

- remaja tingkat SMA. *Jurnal Psikologi*, 7, 56–66. Diunduh dari <https://ejournal.up45.ac.id/index.php/psikologi/article/view/129/125> tanggal 20 Januari 2023.
- Marettih, A. K. E., Ikhwanisifa, Susanti, R., & Ramadhani, L. (2022). Gambaran resilensi akademik mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi covid-19. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 3(3), 140–153. Diunduh dari <https://doi.org/DOI:10.24014/pib.v3i3.18771> tanggal 25 September 2023.
- Maryam, S., & Ifdil, I. (2019). Relationship between body image and self-acceptance of female students. *Jurnal Aplikasi IPTEK Indonesia*, 3(3), 129–136. Diunduh dari <https://doi.org/10.24036/4.23280> tanggal 20 Januari 2023.
- Misrawati, D., Mariyam, R. R., & Deviana, D. (2019). *Dampak adiksi media sosial terhadap penerimaan diri dan kelekatan dalam relasi sosial ( Adult Attachment )*. *Biopsikososial*, 2(2). Diunduh dari <https://publikasi.mercubuana.ac.id/index.php/biopsikososial/article/view/7365> tanggal 20 Januari 2023.
- Mubarok, A. (2001). *Psikologi Qur'aini*. Jakarta: Pustaka firdaus.
- Partini, Susatyo Yuwono, Soleh Amini, Adiba Salma, Y. P. S. (2023). Penerimaan diri ditinjau dari kebersyukuran dan kesabaran ibu dengan anak berkebutuhan khusus self-acceptance is seen from the gratitude and patience of mothers with children with special needs. *Psycho Idea*, 21(1), 36–45. Diunduh dari <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30595/psychoidea.v21i1.15759> pada tanggal 25 September 2023.
- Parwati, N., Yuwono, D., & Sugiharto, P. (2022). Hubungan kontrol diri dan pengalaman mengikuti konseling kelompok terhadap penerimaan diri siswa di sekolah menengah pertama. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(1), 195–203. Diunduh dari <https://journal.kurasinstitute.com/index.php/bocp/article/view/220> tanggal 20 Januari 2023.
- Rachmatullah, T. R. (2021). *Hubungan Antara Penerimaan Diri Dengan Penyesuaian Sosial Pada Mahasiswa Perantau di UIN Ar-Raniry Banda Aceh*. (skripsi tidak diterbitkan). Fakultas Psikologi Universitas Negeri Islam Ar-Raniry, Banda Aceh.
- Rahmawati, S. (2017). Pengaruh Religiusitas Terhadap Penerimaan diri Orangtua Anak Autis di Sekolah Luar Biasa XYZ. *Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Humaniora*, 4(1), 17–24. Diunduh dari <https://jurnal.uai.ac.id/index.php/SH/article/view/248> tanggal 25 September 2023.
- Rifai, A. (2015). Partial least square-structural equation modeling ( PLS-SEM ) untuk mengukur eksptasi penggunaan repositori lembaga ( Pilot Studi di UIN Syarif Hidayatullah Jakarta ). *Al-Maktabah*, 14, 56–65. Diunduh dari <https://journal.uinjkt.ac.id/index.php/al-maktabah/article/view/2251> tanggal 20 Januari 2023.
- Salma, A. (2020). *Penerimaan Diri Ibu Dengan Anak Berkebutuhan Khusus Ditinjau Dari Kesabaran*. (skripsi tidak diterbitkan). Fakultas Psikologi Universitas

Muhammadiyah Surakarta, Jawa Tengah.

Santrock, J. W. (2011). *Life-Span Development (Perkembangan Masa Hidup)*. Jakarta: Erlangga.

Schnitker, S. (2012). The Journal of Positive Psychology : Dedicated to furthering research and promoting good practice An examination of patience and well-being. 7(4), 263–280. Diunduh dari <https://doi.org/10.1080/17439760.2012.697185> tanggal 20 Januari 2023.

Widiastuti, M., & Yuniarti, K. W. (2017). Penerimaan diri sebagai mediator hubungan antara religiusitas dengan kecemasan pada penyandang diabetes mellitus tipe 2. *Psikologika*, 22(1), 1–13. Diunduh dari <https://journal.uii.ac.id/Psikologika/article/view/10659> tanggal 25 September 2023.

Yusuf, M., Kahfi, D., & Ibala, M. A. (2018). Sabar dalam Perspektif Islam dan Barat. *Al-Murabbi*, 4(2), 233-246. Diunduh dari <https://doi.org/10.53627/jam.v4i2.3225> tanggal 20 Januari 2023.

Yusuf, U. (2010). *Sabar (konsep, proposisi, dan hasil penelitian)*. Bandung: Fakultas Psikologi Unisba.